

Carla Luciano Codani Hisatugo



Una importante charla sobre
la vida y la muerte durante el
brote del Coronavirus
(COVID-19)

*Cómo hablar con los niños teniendo en cuenta
su desarrollo emocional*

Hisatugo, Carla Luciano Codani

Una importante charla sobre la vida y la muerte durante el brote del Coronavirus (COVID-19):
Cómo hablar con los niños teniendo en cuenta su desarrollo emocional/ Carla Luciano Codani Hisatugo. (2020).

Primera edición.

ISBN:978-1-7348885-2-2

1. Desarrollo emocional de los niños [Psicología]; [Familia y Educación] 2. Vida y Muerte 3. Covid-19

Escrito, editado, traducido, adaptado e ilustrado por: Carla Luciano Codani Hisatugo

Revisión final de la versión traducida y adaptada al español por: Maura Huerta

Traducido y adaptado del libro: Hisatugo, C.L.C. *Uma conversa importante sobre a vida e a morte em tempos de Coronavírus: considerações sobre os aspectos psicológicos infantis e sugestões para lidar com o tema.* (Lengua Portuguesa) 2020.

Todos los derechos reservados. Derechos de autor © por CARLA LUCIANO CODANI HISATUGO (2020)

A Eduardo Hisatugo y Julio Hisatugo: ¡muchas gracias por tu colaboración y entusiasmo!

Contenido

Charlar con el adulto: principales aspectos a tener en cuenta para hablar de la vida y la muerte durante el brote del COVID-19

Page 3

Charla productiva con el niño: zona infantil (actividades)

Page 8

Charlar con el adulto: principales aspectos a tener en cuenta para hablar de la vida y la muerte durante el brote DE COVID-19) 3

La muerte de un ser querido puede significar una gran pérdida.

Parece que todos estamos lidiando con la pérdida y la necesidad de hacer frente y adaptarnos - como resultado directo del brote del COVID-19. Por lo tanto, los niños probablemente están escuchando mucho más acerca de las muertes, pérdidas y adversidades de otras personas. Especialmente ante momentos inciertos, le será al adulto ayudar al niño proporcionando seguridad física y emocional. **Incluso durante estos tiempos complejos, es esencial que el niño pueda jugar y expresar sus sentimientos. El niño prosperará manteniendo grandes esperanzas para su futuro y manteniéndose seguro de vivir el tiempo presente.**



Una charla importante durante el brote de COVID-19
Carla Hisatugo, Ph.D.

Durante estos momentos de luto y gran pérdida, hablar con el niño sobre la vida y la muerte requiere mucha dedicación y cuidado.

No hay necesidad de alarma al niño. Pero es importante informarle sobre los modales básicos de atención médica y escuchar sus preocupaciones. Si hay pérdidas, es necesario recordar que los niños perciben y reaccionan al dolor, asimilando gradualmente la muerte de alguien y sus consecuencias. Al omitir la muerte de alguien o no hablar adecuadamente sobre el dolor, el adulto puede dañar tanto el desarrollo del niño como su necesario proceso de duelo. El adulto debe elegir el mejor momento para explicar sobre la muerte de un ser querido, de acuerdo con cada edad y fase de desarrollo, teniendo en cuenta los sentimientos del niño y los sentimientos del adulto también. **Por supuesto, es importante considerar y hablar sobre los impactos de la ausencia de un ser querido en la vida diaria del niño.**

⁴



Una charla importante durante el brote de COVID-19
Carla Hisatugo, Ph.D.

La llegada del Covid-19 ha generado un cambio importante en nuestro comportamiento.

Mirando el lado positivo, nuestro comportamiento se ha relacionado principalmente con la necesidad de cuidarnos para asegurar una vida saludable. Para asegurar una buena salud, las personas generalmente consideran aspectos físicos, emocionales y espirituales. Sin embargo, los adultos deben tener en su mente para buscar siempre información confiable sobre nuestro momento actual.

Al abordar estas cuestiones con los niños: es necesario hablar de la manera más natural posible. Los temores de los niños siempre deben ser escuchados, nunca pueden ser pasados por alto o ridiculizados.



Una charla importante durante el brote de COVID-19
Carla Hisatugo, Ph.D.

Cuando nos enfrentamos a tiempos difíciles, todos tendemos a recordar muchas otras pérdidas y podríamos tener la sensación de que tenemos que lidiar de nuevo con el proceso de duelo.

¡Eso es natural! Puede ser especialmente difícil hacer frente a las dificultades actuales cuando tenemos un luto ya presente en nuestra memoria. Siempre podemos buscar una ayuda profesional (un psicoterapeuta nos ayudará a sobrellevarlo) y es importante respetar cada momento de nuestra vida. **Cuando se comparten sentimientos: los sentimientos tristes, confusos y enojados, entre otros, eventualmente serán reemplazados por el amor y el cuidado, la gratitud y la paz.**



Una charla importante durante el brote de COVID-19
Carla Hisatugo, Ph.D.

Las siguientes páginas están reservadas para actividades infantiles.

El adulto puede leer al niño y hablar con él sobre los temas de cada página. De lo contrario, el niño puede leer en presencia del adulto. El chat con todos los niños se puede hacer durante el tiempo que van a interactuar en la zona del niño, de lo contrario se puede hacer más tarde después de que terminen las actividades.

Compruebe todo lo que habían hecho y anímelos a hablar de ello, también felicitando su arduo trabajo. **No juzgues ni corrijas su producción, acéptala tal como es. Los niños pueden estar dispuestos a hablar sobre los perdidos recientes o algunos perdidos del pasado. Abraza y acepta todo lo que sea de su comunicación.**

Por favor, respete la voluntad del niño, su ritmo y el tiempo para esta charla.



Una charla importante durante el brote de COVID-19
Carla Hisatugo, Ph.D.

¿Alguna vez has hablado con alguien sobre la vida y la muerte?

**Si su respuesta es SI:
¿cómo fue esta charla?**

**Si su respuesta es NO:
¿cómo le gustaría tener esta charla?**



Una charla importante durante el brote de COVID-19
Carla Hisatugo, Ph.D.

Así es como se ve mi cuerpo desde adentro:

**Entonces vamos a
empezar con otra
pregunta:
¿cómo te imaginas tu
cuerpo desde dentro?**

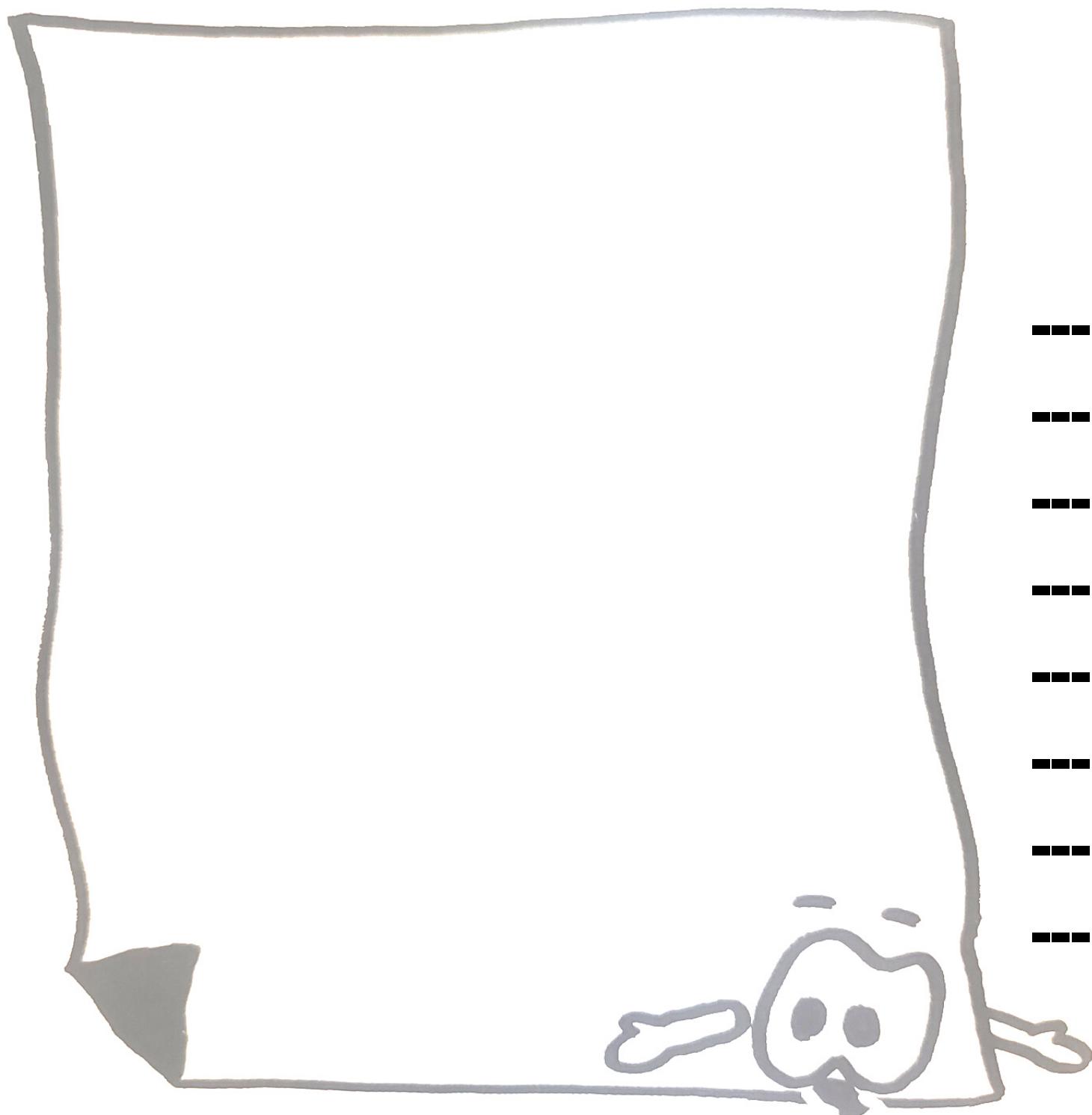
**Haga un dibujo para
explicarlo:**



Una charla importante durante el brote de COVID-19
Carla Hisatugo, Ph.D.

Me cuido así:

Cuidando nuestra salud permitimos que nuestro cuerpo funcione bien. ¿Cómo cuidas tu salud? Dibuje o describa:



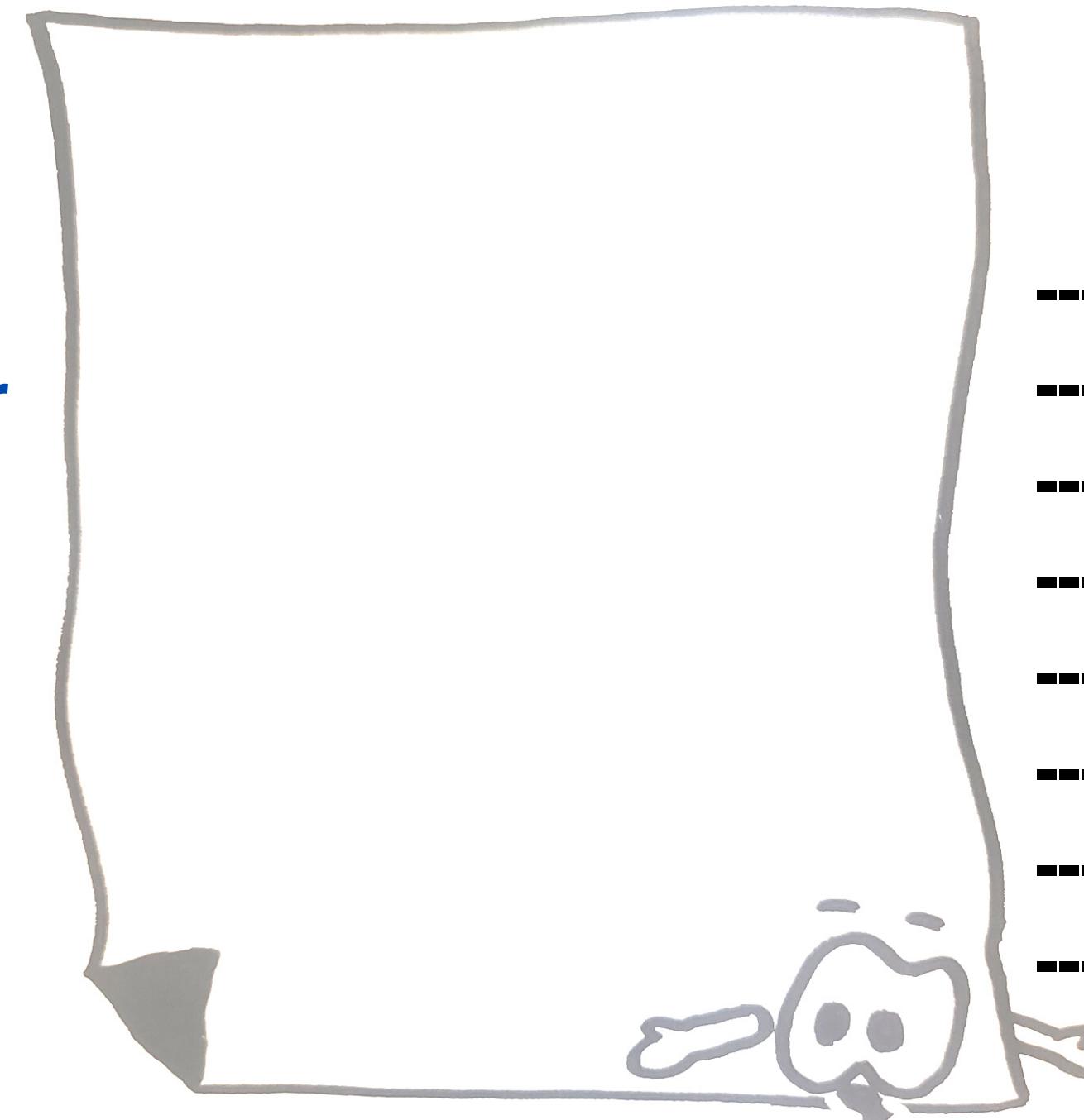
Una charla importante durante el brote de COVID-19

Carla Hisatugo, Ph.D.

Me encanta hacer eso:

Si una persona está viva, esta persona puede: oler, oír, hablar, jugar, y hacer tantas cosas!

¿Cuáles son las cosas que más te gusta hacer? Dibuja o describa:



Una charla importante durante el brote de COVID-19

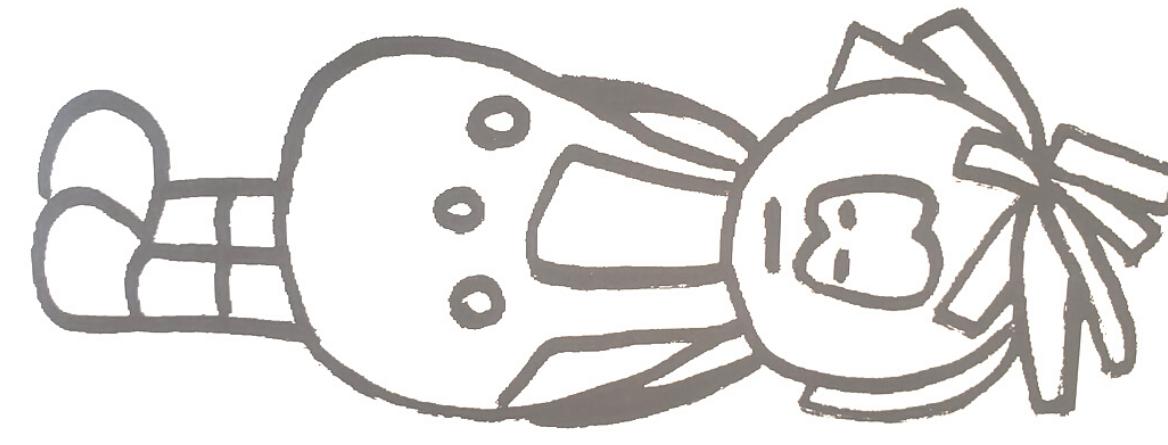
Carla Hisatugo, Ph.D.

Extraño a esta persona:

**Cuando una persona muere,
sucede lo contrario. Después de
la muerte, la persona no puede
sentir nada. Ella o él.no puede
oler nada, y tampoco puede oír
ningún sonido.**

**Esa persona no puede sentir
ningún dolor ni ver nada.**

**¿Conoces a alguien que murió?
Usted puede dibujar un dibujo
de esta persona:**



Una charla importante durante el brote de COVID-19
Carla Hisatugo, Ph.D.

**Cuando alguien muere,
podemos sentir tristeza y
muchos otros sentimientos
también. También a veces nos
sentimos muy confundidos.
Podríamos extrañar mucho a
esa persona y sentir que
queremos llorar. A veces
también podemos sentirnos
enojados y confundidos.**

**¿Echas de menos a alguien
ahora mismo? ¿Hay algo que te
gustaría hacer con esa persona
ahora mismo? Puede dibujar
una imagen sobre eso:**

Desearía poder hacer esto:



Una charla importante durante el brote de COVID-19
Carla Hisatugo, Ph.D.

A veces es muy frustrante no hacer lo que deseamos. También es triste no tener a esa persona que siempre nos encantó estar cerca. También es triste no tener algunas personas que nos encantaría estar a nuestro alrededor en este momento. Pero, todos tenemos algo muy importante que nos ayudará: nuestra memoria. Nuestra memoria es una parte de nuestros pensamientos que nos ayuda a recordar muchas cosas que ya han sucedido, y cosas acerca de alguien que murió.

Puedes dibujar o pegar algunas cosas para guardar tus recuerdos de alguien que falleció.

Mis recuerdos:

14



Una charla importante durante el brote de COVID-19
Carla Hisatugo, Ph.D.

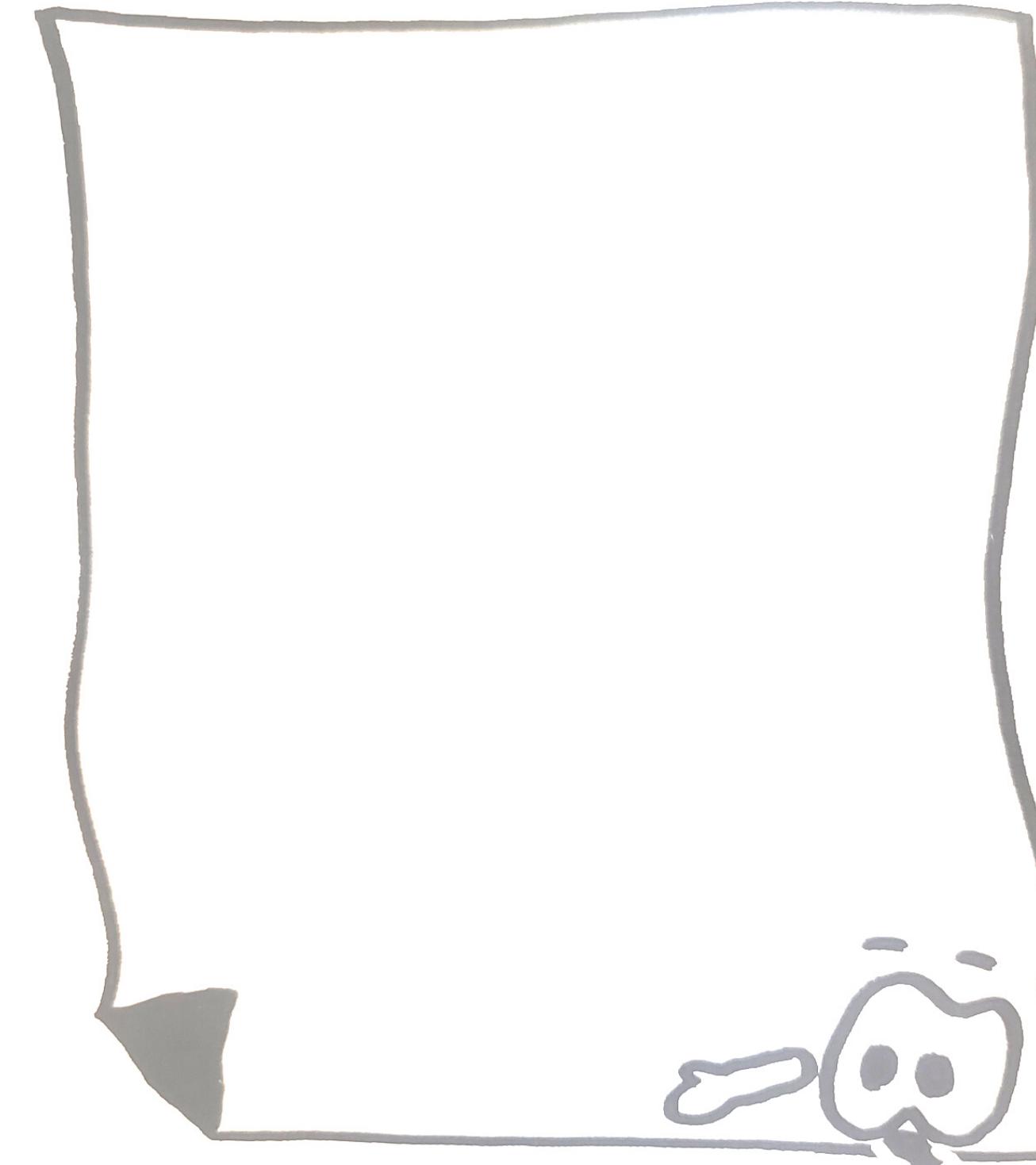


También podemos imaginar e incluso soñar con alguien que falleció. ¿Alguna vez has soñado con alguien que murió? ¿Cómo te fue? Si no lo has hecho, ¿cómo crees que se vería ese sueño?

¿Alguna vez has soñado con una persona que había muerto? Si es así: ¿cómo estuvo tu sueño? Si no es así: ¿con qué te gustaría soñar?

Mis sueños e imaginación:

15



Una charla importante durante el brote de COVID-19
Carla Hisatugo, Ph.D.

Cuando un ser querido muere, podría tomarnos un tiempo volver a sentirnos normales. Pero, a medida que pasa el tiempo, poco a poco aprenderemos a adaptarnos a esta nueva situación - utilizando nuestros recuerdos, sueños e imaginación.

Y al seguir cuidando de nosotros mismos, y cuidando de aquellos que todavía están con nosotros, podremos vivir nuestra vida felizmente y apreciar el futuro frente a nosotros.



Fin. *Un nuevo comienzo.*

Mi futuro:



Una charla importante durante el brote de COVID-19
Carla Hisatugo, Ph.D.



Carla Luciano Codani Hisatugo es brasileña. Es psicóloga e investigadora internacional, con 20 años de práctica. Tiene una maestría en Psicología Clínica y un Ph.D. en Psicología Médica. Su investigación y trabajo abarca los campos de: Evaluación Psicológica; Salud Mental y Personalidad; Desarrollo Infantil; y los niños en riesgo.

Para obtener más información sobre el COVID-19:

<https://www.cdc.gov/spanish/>

<https://www.who.int/es/home>

